

Hrozno – najstaršia kultúrna rastlina

Koniec každého leta a začiatok jesene je správaný vôňou hrozna. Jeho typická vôňa je podobne ako jeho chuť nezameniteľná.



Vinič hroznorodý je lianovitá rastlina a patrí medzi najstaršie kultúrne rastliny. Kultivácia hrozna začala na Blízkom východe už pred 6 až 8 tisíc rokmi. Najstaršie archeologické nálezy hovoria, že na produkciu vína sa využíval v Gruzínku už pred osem tisíc rokmi. Na jedenie i víno ho vo veľkom používali neskôr aj Gréci, Feničania a Rimania. Jeho pestovanie sa rozšírilo do ďalších regiónov Európy, ako aj do Severnej Afriky. Nakoniec bolo dovezené aj do Severnej Ameriky.

Stravec hrozna sa skladá zo stopky, strapiny a z bobúľ. Bobule sú plody viniča, ktoré majú guľatý alebo podlhovastý tvar a šťavnatú a pevnú dužinu. Šupka obsahuje farebné a aromatické látky. V závislosti od odrody môže byť šupka viniča zelená, žltá, ružová a červená, vtedy hovoríme o bielych odrodách. Modré odrody majú šupku modrú, fialovú až čiernu. V čase dozrievania je povrch šupky pokrytý tenkým voskovým povlakom. Štáva bobule je bez farby, len niektoré modré odrody majú farebnú dužinu. Počet semien v bobuli je zvyčajne 2, existujú ale aj bezsemenné odrody, tie sa používajú na výrobu hrozienok. Jednotlivé druhy sa medzi sebou líšia chuťou, a to od veľmi kyslej až po veľmi sladkú s vysokým obsahom cukru. Vinič sa konzumuje v surovom stave, ale je vhodný aj na výrobu vína a iných alkoholických a nealkoholických nápo-

jav, džemov a v sušenom stave sa používa do koláčov. Z kôstok viniča sa získava olej, ktorý je vysoko cenený v gastronómii a kozmetickom priemysle.

Všetky odrody hrozna patria k najzdravším druhom ovocia. Hrozno obsahuje 75 - 80 hm. % vody, 0,3 - 0,5 hm. % sacharidov – hlavne glukózu a fruktózu, 0,3 - 1,2 hm. % kyselín, 1 - 3 hm. % trieslovín, okolo 1 hm. % dusíka a 6 - 10 hm. % popola. Hrozno obsahuje kyselinu listovú, farbivá, minerálne látky a stopové prvky. Z minerálnych látok má najvyššie zastúpenie draslík, horčík, vápnik a železo, ktoré pomáhajú organizmu nielen pri odstraňovaní odpadových látok, riadení srdcového rytmu, ale pomáhajú nám aj jasne myslieť. Vlákniny, ktoré sú v šupkách hrozna, podporujú činnosť čriev. Zároveň obsahuje aj vitamín C, E a vitamíny skupiny B. Hrozno dodáva organizmu množstvo antioxidantov. Pre svoju výživovú hodnotu je doslova energetickou bombou.

Už Hypokrates odporúčal konzumáciu hrozna, pretože je bohatým zdrojom draslíka a antioxidantov, ktoré neutralizujú voľné radikály. Hrozno chráni organizmus pred srdcovými chorobami, blahodarne pôsobí na kardiovaskulárny systém, zmierňuje stres a reguluje prácu tráviaceho systému. Mimoriadne zdravé sú tmavé odrody hrozna a to najmä ich šupka a jadierka.

